



Präventionskurse

beim Harburger Turnerbund von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 28, 21075 Hamburg,

Ansprechpartner: Marina Prillwitz oder Torsten Schlage

Tel: 79 14 33 23 Fax: 79 14 33 24

htb65@t-online.de www.harburger-turnerbund.de

Rücken Fit bei Brigitte Ostrau

Kurs: 15 Termine a 60 Minuten

Tag: Donnerstag

Uhrzeit: 20:00 – 21.00 Uhr

Ort: Ehestorfer Weg 14, Neuer Bewegungsraum

Kosten: 80,00 €

Pilates bei Brigitte Ostrau

Kurs: 10 Termine a 60 Minuten

Tag: Dienstag

Uhrzeit: 18:30 – 19:30 Uhr

Ort: Ehestorfer Weg 14, Neuer Bewegungsraum

Kosten: 75,00 €

Fitnessstraining bei Hillevi Frank

Kurs: 10 Termine a 60 Minuten

Tag: Mittwoch

Uhrzeit: 19:45 – 20:45 Uhr

Ort: Vahrenwinkelweg 28, Saal 3

Kosten: 75,00 €

Qi Gong bei Ralf Urfels

Kurs: 6 Termine a 90 Minuten

Tag: Mittwoch

Uhrzeit: 19:30 – 21:00 Uhr

Ort: Petersweg 6, Gymnastikraum

Kosten: 75,00 €

Stressabbau bei Marina Prillwitz

Kurs: 6 Termine a 90 Minuten

Tag: Dienstag

Uhrzeit: 19:45 – 21:15 Uhr

Ort: Ehestorfer Weg 14, Neuer Bewegungsraum

Kosten: 65,00 €